

KEBAHAGIAAN PADA LANJUT USIA YANG TIDAK BEKERJA

NASKAH PUBLIKASI

Diajukan Kepada Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta Untuk
Memenuhi Sebagian Persyaratan Dalam Mencapai
Derajat Sarjana (S-1) Psikologi



Disusun oleh :

ANITSNAINI SIROJAMMUNIRO

F 100 114 005

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA

2015

KEBAHAGIAAN PADA LANJUT USIA YANG TIDAK BEKERJA

NASKAH PUBLIKASI

Diajukan Kepada Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta Untuk
Memenuhi Sebagian Persyaratan Dalam Mencapai
Derajat Sarjana (S-1) Psikologi

Disusun oleh :

ANITSNAINI SIROJAMMUNIRO

F 100 114 005

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA

2015

KEBAHAGIAAN PADA LANJUT USIA YANG TIDAK BEKERJA

Yang Diajukan Oleh :

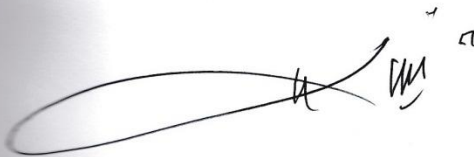
ANITSNAINI SIROJAMMUNIRO

F 100 114 005

Telah disetujui untuk dipertahankan
di depan Dewan Penguji

Telah disetujui oleh:

Pembimbing

A handwritten signature in black ink, consisting of a large, sweeping loop followed by a series of smaller, more intricate strokes.

Santi Sulandari, S.Psi, M.Ger

Surakarta, 7 Oktober 2015

KEBAHAGIAAN PADA LANJUT USIA YANG TIDAK BEKERJA

Yang diajukan oleh :

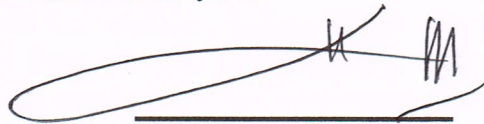
ANITSNAINI SIROJAMMUNIRO

F 100 114 005

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada tanggal 21 Oktober 2015
dan dinyatakan telah memenuhi syarat

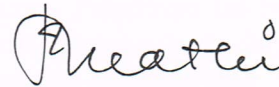
Penguji Utama

Santi Sulandari, S.Psi., M.Ger



Penguji Pendamping I

Dra. Partini, M.Si

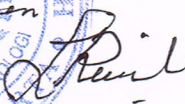


Penguji Pendamping II

Setia Asyanti, S.Psi. M.Si



Surakarta, 21 Oktober 2015
Universitas Muhammadiyah Surakarta
Fakultas Psikologi
Dekan



Taufik, M.Si., Ph.D

ABSTRAKSI

KEBAHAGIAAN PADA LANJUT USIA YANG TIDAK BEKERJA

Anitsnaini Sirojammuniro

Santi Sulandari

Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta

nietznaen@ymail.com

Usia lanjut dipandang sebagai masa kemunduran, dimana lansia merasakan penurunan-penurunan baik dalam kondisi fisik maupun psikologisnya. Pada masa tersebut, lansia yang masih mampu bekerja secara produktif cenderung dipandang lebih bahagia dari pada yang sudah tidak bekerja lagi. Namun, dalam fenomena lain yang terjadi di masyarakat menunjukkan bahwa lansia yang sudah tidak bekerja dapat tetap merasa bahagia dalam menjalani masa tuanya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui, memahami dan mendiskripsikan kebahagiaan pada lanjut usia yang tidak bekerja. Informan pada penelitian ini memiliki karakteristik yaitu a) Lansia yang berusia 60 tahun atau lebih, b) tidak bekerja, c) sehat secara psikis, d) berdomisili di Sragen. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah wawancarasemi terstruktur dan dianalisis menggunakan *software* NVivo10. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kebahagiaan lansia dapat diperoleh melalui kondisi kesehatan yang baik, sikap menerima diri yang baik, terjalinnya hubungan baik dengan keluarga dan lingkungan, memiliki perasaan bangga atas pencapaian di masa lansia, dan dapat selalu bersyukur pada Allah. Peneliti juga mendapatkan bahwa kebahagiaan juga dirasakan lansia dengan tetap aktif dalam melakukan aktivitas sehari-hari baik di rumah maupun di lingkungan sekitar. Selanjutnya, berdasarkan penelitian yang telah dilakukan didapatkan bahwa kebahagiaan pada lansia yang tidak memiliki karakteristik yang berbeda-beda pada setiap lansia. Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan untuk menyusun program penyuluhan desa dengan sasaran masyarakat umum untuk lebih mengetahui masa lansia dan pencapaian kebahagiaan di masa lansia.

Kata kunci : kebahagiaan, lanjut usia, tidak bekerja

PENDAHULUAN

Menua merupakan proses alami yang tidak dapat dihindarkan oleh setiap makhluk hidup yang masih diberikan umur panjang. Berdasarkan Undang-Undang (UU) Pemerintah Republik Indonesia Nomor 43 Tahun 2004 tentang Upaya Peningkatan Kesejahteraan Sosial Lanjut Usia (Lansia) pasal 1 ayat 3 yang menyebutkan bahwa Lanjut usia adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 (enam puluh) tahun ke atas (Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional [BKKBN], 2014).

Tren peningkatan jumlah penduduk di Asia Tenggara juga terjadi di Indonesia, data dari Badan Pusat Statistik [BPS] (2010) menyebutkan pada tahun 2000 hingga tahun 2010 jumlah penduduk lansia Indonesia mengalami peningkatan. Di tahun 2000 disebutkan jumlah lansia sekitar 14 juta jiwa atau sekitar 6,9% dari 201 juta penduduk, kemudian di tahun 2005 jumlah lansia meningkat menjadi 15 juta jiwa atau sekitar 7% dari 213 juta penduduk dan di tahun

2010 meningkat mencapai 18 juta jiwa atau sekitar 7,6% dari 238 juta penduduk. Diprediksikan pada tahun 2035 jumlah lansia mencapai 27 juta jiwa atau sekitar 8% dari 306 juta penduduk. Lebih spesifik lagi di Wilayah kota Sragen pada tahun yang sama (2000-2010) jumlah penduduk lansia juga mengalami peningkatan. Di tahun 2000 didapatkan jumlah lansia 72 ribu jiwa atau sekitar 8% dari 854 ribu penduduk, kemudian tahun 2005 meningkat dengan jumlah 74 ribu jiwa atau sekitar 8,5% dari 865 ribu penduduk dan mengalami peningkatan di tahun 2010 menjadi 110 ribu jiwa atau sekitar 12% dari 883 ribu.

Peningkatan jumlah penduduk menjadi salah satu indikator keberhasilan pencapaian pembangunan manusia secara global dan nasional, apabila hal ini tidak diantisipasi oleh pemerintah dan program pembangunan, akan berpengaruh terhadap berbagai aspek kehidupan lansia secara individu, keluarga, dan masyarakat, misalnya

pada aspek kesehatan, fisik, psikologis, sosial dan ekonomi (Kuswardani, 2009).

Pada aspek ekonmomi khususnya, berdasarkan hasil Survei Angkatan Kerja Nasional [Sakernas] (2012) menunjukkan bahwa dari jumlah penduduk lansia yang bekerja lebih tinggi daripada yang tidak beekerja. Di wilayah Sragen khususnya, jumlah penduduk lansia yang mencapai 122.698 jiwa, terbagi menjadi dua kelompok yaitu, lansia yang masih bekerja sekitar 79.459 (64,76%) jiwa dan lansia yang tidak bekerja sekitar 43.239 (35,24%) jiwa. Bila ditinjau menurut tipe daerahnya, lansia yang tinggal di pedesaan berjumlah 108.116 jiwa dan 56,5% masih bekerja, sedangkan di perkotaan jumlah lansia 14.582 jiwa dan 48,7% masih bekerja (Dinas Kependudukan dan Catatan Sipil [Dikcapil], 2012). Dari presentase diatas menunjukkan bahwa di Indonesia kelompok lansia yang tidak bekerja lebih tinggi dari pada yang bekerja, namun di wilayah Sragen menunjukkan bahwa kelompok

lansia yang tidak lebih rendah dari pada yang bekerja.

Tingginya persentase lansia yang bekerja dapat dimaknai bahwa sebenarnya lansia masih mampu bekerja secara produktif, namun di sisi lain mengindikasikan bahwa tingkat kesejahteraan lansia masih sangat rendah (Depkes RI, 2013). Rendahnya tingkat kesejahteraan lansia menjadi salah satu alasan lansia untuk tetap bekerja. Bekerja dalam hal ini dimaknai sebagai suatu kegiatan ekonomi yang dilakukan oleh seseorang dengan maksud memperoleh atau membantu memperoleh pendapatan atau keuntungan dalam jangka minimal satu jam setiap minggu dan dilakukan secara terus-menerus (BPS, 2015).

Bekerja diyakini dapat membawa lansia pada kebahagiaan. Menurut Lupton, Stahl dan Archer (2010) menyebutkan masuknya lansia ke dunia kerja membuat lansia tetap aktif dan merasa lebih sejahtera (Greengross, Mizuta, Forette, & Brieu, 2012).

Hakekat manusia hidup di dunia adalah untuk mencari kebahagiaan. Menurut Hurlock (1980), kebahagiaan timbul sebagai akibat dari terpenuhinya kebutuhan dan harapan. Karena kebutuhan dan harapan setiap individu berbeda-beda, sehingga kebahagiaan dianggap sebagai sesuatu yang bersifat relatif.

Menurut Suradiman (2011), kebutuhan-kebutuhan lansia antara lain kebutuhan akan rasa aman (*the safety needs*), kebutuhan akan rasa memiliki dan dimiliki serta akan rasa kasih sayang (*the belongingness and love needs*), kebutuhan akan aktualisasi diri (*the need of self actualization*). Selain itu, dengan bekerja seseorang dapat memenuhi kebutuhan fisik seperti sandang, pangan, dan papan. Bekerja juga akan memenuhi kebutuhan akan rasa aman, tentram, dan kepastian tentang hari-hari yang akan datang. Dalam aktivitasnya bekerja juga memungkinkan berinteraksi dengan orang lain yang dapat menimbulkan rasa senang dan tidak kesepian.

Keinginan untuk lebih dekat dengan Tuhan juga merupakan kebutuhan dari lanjut usia

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa lansia yang dapat bekerja secara produktif cenderung lebih bahagia dari pada yang tidak bekerja lagi. Namun, fenomena lain yang terjadi di masyarakat terdapat beberapa lansia yang tidak bekerja namun sebagian lansia dapat merasakan kebahagiaan dan sebagian lainnya merasakan ketidakbahagiaan. Ketidakbahagiaan tersebut bisa disebabkan karena kondisi lingkungan, kurangnya perawatan, perhatian ataupun kepedulian dari orang-orang di sekitar lansia, terutama keluarga (Efiani, 2010).

. Dsisi lain, hasil penelitian dari Tadic, Oerlemans, Bakker, dan Veenhoven (2012) menunjukkan bahwa secara keseluruhan lansia yang bekerja tidak lebih bahagia daripada yang tidak bekerja. Keterlibatan dalam pekerjaan sebagai kegiatan sehari-hari hanya menimbulkan kebahagiaan yang sesaat.

Hurlock (1980) menyebutkan tiga esensi kebahagiaan, yaitu sikap menerima, kasih sayang, dan prestasi.

a. Sikap menerima (*acceptance*)

Menurut Shaver dan Freedman, kebahagiaan lebih merupakan masalah bagaimana memandang keadaan diri sendiri, bukan menginginkan keadaan orang lain.

b. Kasih sayang (*affection*)

Cinta menurut Hurlock (1980) merupakan hasil normal dari sikap diterima orang lain.

c. Prestasi (*achievement*).

Hal ini berhubungan dengan tercapainya tujuan seseorang.

Menurut Hurlock (1980) menyebutkan faktor-faktor umum yang mempengaruhi kebahagiaan, antara lain: a). Kesehatan, b). Daya tarik fisik, c). Tingkat otonomi, d) Kesempatan berinteraksi di luar keluarga, e). Jenis pekerjaan, f). Status kerja, g). Kondisi kehidupan, h). Kepemilikan harta benda, i). Keseimbangan antara harapan dan pencapaian, j). Penyesuaian

emosional, k). Realisme dari *konsep diri*, l). Realisme dari konsep-konsep peran.

Menurut Arvan Pradiansyah, ada 7 makanan bergizi jika dikonsumsi dapat menciptakan kebahagiaan yang disebut dengan *the 7 laws of happiness*, yakni: a). sabar, b). syukur, c). sederhana, d). kasih, e). memberi. f). memaafkan, g) tawakal kepada Allah. Namun demikian, tawakal dapat dicapai setelah melakukan perjuangan besar, dimulai dari menanamkan kesabaran, rasa syukur, kesederhanaan, kasih, memberi, dan memaafkan. Hal ini merupakan sebuah proses yang penuh perjuangan (Syarif, 2014).

Mengacu pada latar belakang tersebut, peneliti merumuskan permasalahan dalam penelitian ini sebagai berikut: “Bagaimanakah kebahagiaan lanjut usia yang tidak bekerja?”

METODE PENELITIAN

Subjek Penelitian. Informan yang digunakan dalam penelitian ini adalah lansia yang tidak bekerja dengan

jumlah 6 orang. Secara khusus karakteristik informan penelitian adalah: a). Lansia yang berusia 60 tahun atau lebih. b). Tidak bekerja. c). Sehat secara psikis. d). Berdomisili di Sragen

Alat Pengumpul Data. Metode yang digunakan berupa wawancara yang disusun berdasarkan pada aspek penerimaan diri, afeksi positif, dan pencapaian prestasi.

Pengumpulan Data. Penelitian dilaksanakan mulai tanggal 12 Juni 2015-26 Juni 2015. Sebelumnya, peneliti menanyakan kesediaan dengan memberikan *informed consent* sebagai bentuk pertanggungjawaban peneliti kepada informan. Wawancara dilaksanakan dalam bentuk informal, dan bersifat langsung.

Validitas. Strategi yang dilakukan peneliti dalam mem-validasi data antara lain, a). triangulasi, b). memperpanjang waktu penelitian, 3). Mengajak seorang auditor

Metode Analisis Data. Peneliti menggunakan *software* QSR NVivo10 yang dapat membantu

dalam proses peng-*coding*-an, pengolahan dan pengkategorisasian informasi yang dianggap penting bagi peneliti (QSR International, 2015).

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Aktivitas di usia lanjut

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari keseluruhan informan merasakan kebahagiaan di usia lanjut dengan tetap melakukan aktivitas sehari-hari baik di rumah maupun dilingkungan sekitar.

Hasil penelitian dari Napitupulu (2013) didapatkan mengenai aktivitas yang masih mampu dilakukan oleh lansia, yakni berkebun, menjaga cucu, melakukan kegiatan rumah tangga, mengikuti pengajian atau kegiatan rohani lainnya, arisan RT, PKK, atau menjadi peserta dan pengurus posyandu yang dikhususkan bagi para lanjut usia. Demikian pula dengan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti, didapatkan mengenai aktivitas-aktivitas yang masih dilakukan oleh lansia, diantaranya mengasuh cucu, membantu bertani, melihat-lihat

sawah, membersihkan dan mengatur rumah, bercocok tanam, memasak, mencuci, berolahraga, menjadi aktivis ditempat ibadah, mengurus hewan ternak, mengaji, memperbanyak beribadah, dan beristirahat diwaktu luang.

2. Komponen kebahagiaan pada lansia

Menurut Shaver dan Freedman (Hurlock, 1980) menyebutkan bahwa untuk mencapai kebahagiaan tersebut, lansia harus memenuhi minimal 3 komponen yang tergambar melalui *Three A's of Happiness*, yakni penerimaan diri, pemenuhan afeksi, dan pencapaian prestasi.

Senada dengan hal tersebut, dari hasil penelitian ini juga menemukan menemukan beberapa komponen lain yang tidak kalah pentingnya dalam mencapai kebahagiaan, diantaranya penerimaan kondisi fisik, sikap menerima, rasa syukur pada Alloh, hubungan baik dengan keluarga dan lingkungan sosial, dan pencapaian prestasi

3. Kebahagiaan lansia ditinjau dari status riwayat pekerjaan.

Bagi lansia dengan riwayat pensiunan, tetap merasakan bahagia karena telah bebas dari tanggung jawab yang besar dan dengan penghasilan yang sama ketika masih bekerja. Dua lansia lainnya mengaku telah terbiasa melakukan aktivitas diluar pekerjaannya, sehingga dengan pensiun tidak mempengaruhi sikap mereka setelah pensiun. Hal ini tidak sesuai dengan pendapat dari Erikson (Hurlock, 1980) yang menyebutkan bahwa lansia menghadapi *identity crisis*, sebagai akibat dari keharusannya untuk melakukan perubahan peran yang drastis dari seorang pekerja yang sibuk menjadi seorang pengangguran yang tidak menentu.

Bagi lansia dengan riwayat pekerjaan pedagang, lansia merasa lebih nyaman dengan kondisi saat ini karena merasa lebih diperhatikan anak-anaknya dan tetap tercukupi kebutuhannya. Hal ini sesuai dengan ungkapan Winanda, Yusron, dan

Kartika (2010) yang menyebutkan bahwa dalam kehidupan keluarga biasanya anak atau cucu cenderung keberatan jika lansia masih harus bekerja mencari nafkah. Oleh karena itu, anak, cucu, atau keluarganya yang mencukupi kebutuhannya. Selain itu, bagi wanita yang tidak bekerja selama masa dewasa dini dan disibukkan dengan pekerjaan rumah tangga dan mengurus anak, pada akhirnya menghasilkan kompensasi kepuasan dan kebahagiaan dari tanggung jawab keluarga dan rumah tangga karena dapat mengantarkan anak-anak menjadi dewasa, menyelesaikan studinya, mendapatkan pekerjaan sampai berkeluarga.

4. Kebahagiaan lansia yang tidak bekerja

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa penerimaan kondisi fisik yang baik di masa lansia, membuat lansia merasa lebih bahagia. Hal ini diungkapkan oleh Hurlock (1980) mengenai faktor umum yang mempengaruhi kebahagiaan, salah satunya adalah faktor kesehatan.

Namun, pada beberapa lansia dengan kondisi kesehatan yang kurang baik, tidak menjadikan kondisi ini sebagai alasan untuk mengeluh dan berputus asa, namun lansia tetap aktif dalam menjalani aktivitas sehari-hari, dapat hidup secara mandiri sehingga tidak mengganggu orang lain. Menurut Herusatoto (2008) bahwasanya kebahagiaan adalah ikhlas (*nrima*) apapun yang sudah terpegang ditangannya dikerjakan dengan senang hati dan tidak menginginkan milik orang lain serta tidak iri terhadap kebahagiaan orang lain. Hal ini disebabkan oleh keyakinan individu mengenai kehidupan yang telah diatur oleh Tuhan Yang Maha Kuasa sedemikian rupa.

Hubungan baik yang diperoleh lansia dari keluarganya berupa kedekatan dan perhatian yang diberikan. Selain itu, jarak yang jauh antara tempat tinggal lansia dan keluarga tidaklah menjadi hambatan untuk tetap menyempatkan diri berkomunikasi dengan baik. Hal ini tidak sesuai dengan hasil penelitian

yang dilakukan di India oleh Dubey, Ehasin, Gupta, dan Sharma (2011) yang menunjukkan bahwa sebagian besar lansia merasa sikap generasi muda tidak memuaskan terhadap mereka dalam hal mendapatkan rasa hormat, cinta dan kasih sayang dari anggota keluarga

Lansia juga menjalin hubungan baik dengan lingkungan sosial. Hubungan baik dengan lingkungan sekitar, dijalin lansia, yang *pertama* dengan perilaku senang berbagi berupa bahan pokok makanan, makanan, sayuran, dan uang. *Kedua*, dengan perilaku senang menolong juga ditunjukkan oleh beberapa lansia dalam bentuk bantuan material dan jasa (membenarkan pagar rumah dan membantu jika ada kematian). Hal ini sesuai dengan ungkapan dari Emmons dan McCullough (2003) yang menyebutkan bahwa orang yang bersyukur tidak hanya menunjukkan keadaan mental yang lebih positif (misalnya antusias, tekun, dan penuh perhatian), tetapi juga lebih murah

hati, peduli, dan membantu orang lain (Ishak, 2013).

Penurunan kemampuan pada lansia secara bersamaan dengan terus bertambahnya usia, namun semakin tua seseorang akan semakin arif. Hal ini ditunjukkan lansia dengan sering memberikan nasehat, dan sering dimintai pertimbangan dalam memecahkan suatu masalah di lingkungannya. Selain itu, hal tersebut sesuai dalam tradisi budaya jawa bahwasanya lansia akan ditempatkan pada posisi yang tinggi dan terhormat. Setiap saat lansia akan dimintai nasihat, saran atau petuah yang berkaitan dengan hidup. Ucapan lansia dianggap banyak dianggap banyak benarnya karena lebih berpengalaman (Triratnawati, 2005)

Tercapainya harapan lansia saat ini, membuat lansia merasa bahagia. Harapan tersebut diantaranya dapat melihat anak berhasil dalam kehidupannya dan dapat memenuhi kebutuhan dari lansia ketika sudah tidak bekerja. Hal ini dingkapkan oleh Hurlock (1980) yang menyatakan

bahwa individu akan merasa semakin puas dan bahagia apabila tercapai apa yang diharapkan.

Rasa syukur kepada Allah ditunjukkan lansia dengan terus mendekatkan diri kepada Allah sebagai bentuk terima kasih lansia kepada Allah yang selalu memberikan jalan disetiap masalah yang datang, dan selalu ditunjukkan jalan yang terbaik bagi lansia. Selain itu, atas rizki yang melimpah dari Allah di masa lansia. Hal ini sesuai dengan ungkapan oleh Aini (2011) bahwa syukur berarti ucapan, sikap, dan perbuatan terimakasih kepada Allah SWT dan pengakuan yang tulus atas nikmat dan karunia yang diberikan Allah SWT. Selain itu, dengan perasaan syukur yang dimiliki oleh lansia atas apa yang diberikan oleh Allah dan menerima segala yang telah ditetapkan oleh Allah, menjadikan lansia untuk terus berusaha lebih mendekatkan diri pada Allah.

Pencapaian kebahagiaan pada lansia merupakan satu rangkaian

siklus yang saling berkaitan satu dengan yang lainnya. Lansia dengan penerimaan kondisi fisik yang baik, akan memiliki hubungan baik juga dengan keluarga dan lingkungan sosial. Dengan terjalinnya hubungan baik, akan semakin menimbulkan rasa syukur lansia kepada Allah. Menurut Watkins, Woodward, Stone, dan Kolts (2003), syukur memiliki hubungan dengan berbagai aspek dan komponen terhadap kebahagiaan, individu yang memiliki pola pikir untuk terus bersyukur adalah individu yang bahagia.

Kesimpulan

Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa bagaimanapun kondisi kehidupan saat ini, lansia tetap menerima dan menjalaninya dengan rasa bersyukur. Selain itu, dengan sikap bersyukur, lansia merasa terus menerus diberikan kenikmatan dan kemudahan yang lebih besar oleh Allah. dengan kenikmatan tersebut menjadikan lansia untuk terus memperbanyak

amal dan terus mendekatkan diri kepada Alloh.

Kebahagiaan pada setiap lansia memiliki karakteristik yang berbeda-beda dalam mencapai kebahagiaan. Namun, dari hasil penelitian didapatkan bahwa kebahagiaan lansia yang tidak bekerja lebih banyak didominasi dengan sikap bersyukur atas apa yang diberikan oleh Alloh hingga saat ini.

Saran

1. Lansia

Lansia diharapkan untuk meningkatkan perilaku bersyukur kepada Alloh atas apa yang telah diberikan dengan cara terus mendekatkan diri pada Alloh dan memperbanyak beramal.

2. Keluarga.

Keluarga diharapkan untuk terus meningkatkan kedekatan dengan lansia dengan memberikan perhatian kepada lansia kapanpun dan dimanapun berada, khususnya anak lansia. Perhatian yang diberikan bisa berupa sapaan untuk menanyakan

kabar melalui telepon ataupun datang berkunjung kerumah lansia.

3. Masyarakat.

Masyarakat diharapkan untuk memberikan kepercayaan pada lansia agar tetap aktif dalam aktivitas di lingkungan sekitar. Lansia dapat diberikan peran sebagai sesepuh ataupun dapat dimintai pertimbangan mengenai suatu permasalahan yang terjadi.

4. Praktisi Psikologi

penelitian ini juga dapat dijadikan acuan untuk menyusun program penyuluhan desa dengan sasaran masyarakat umum untuk lebih mengetahui masa lansia dan pencapaian kebahagiaan di masa lansia.

5. Peneliti selanjutnya.

Bagi peneliti selanjutnya yang berminat meneliti mengenai kebahagiaan lansia yang tidak bekerja dapat menjadikan hasil penelitian ini sebagai tambahan informasi, sehingga dapat lebih memperdalam tema tentang kebahagiaan lansia yang tidak bekerja. Selain itu, diperlukan

penelitian lebih lanjut mengenai pengaruh faktor status riwayat pekerjaan terhadap kebahagiaan pada lansia yang tidak bekerja dan pdibutuhkan pendalaman lebih lanjut mengenai pengaruh rasa syukur terhadap kebahagiaan pada masa lansia.

DAFTAR PUSTAKA

- Afif, A. (2012). *Ilmu Bahagia: menurut Ki Ageng Suryomentaram*. Depok: Kepik.
- Aini, S. N. (2011). *Kebahagiaan Eddingman*. diunduh dari <http://www.library.binus.ac.id>.
- Andini., Nilakusumawati., & Susilowati. (2013). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Penduduk Lanjut Usia Masih Bekerja. *Piramida: Jurnal Kependudukan Dan Pengembangan Sumber Daya Manusia*, IX(1): 44-49.
- Baker., Cahalin., Gerst., & Burr. (2005). Productive Activities And Subjective Well- Being Among Older Adults: The Influence Of Number Of Activities And Time Commitment. *Social Indicators Research*, 73: 431–458
- Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional [BKKBN]. (2014). *Peraturan Pemerintah Reublik Indonesia Nomo 43 Tahun 2004 Tentang Pelaksanaan Upaya Peningkatan Kesejahteraan Sosial Lanjut Usia*. Diunduh dari www.bkkbn.go.id.
- Black, J. A., & Champion, D. J. (1992). *Metode Dan Permasalahan Penelitian Sosial*. Bandung: PT Eresco.
- Badan Pusat Statistik [BPS]. (2015). *Tenaga Kerja*. Diunduh dari <http://www.bps.go.id>.
- Choirudin, A. (2011). *Implementasi Bimbingan Sosial Pada Lansia Di Taman Pembinaan Lansia Wirosaban, Sorosutan, Umbulharjo, Yogyakarta*. Diunduh dari digilib.uin-suka.ac.id.
- Creswell, J. W. (2013). *Qualitative Inquiry & Research Design: Choosing among Five Approaches*. Asia Pacific: SAGE.
- D, Narang., K, Kordia., J, Meena., & K, Meena. (2013). Interpersonal Relationships Of Elderly Within The Family. *Interpersonal Journal of Social Science & interdisciplinary Research*, 2(3): 132-138.

- Dana. (2007). *Proses Penuaan*. Diunduh dari <http://www.medicalzone.org>.
- Darokah, Marcham., & Diponegoro, A. M. (2005). Peran Akhlak Terhadap Kebahagiaan. *Humanita: Indonesian Psychological Journal*, 2(1): 15-27.
- Departemen Kesehatan RI [Depkes RI]. (2013). *Topik Utama: Gambaran Kesehatan Lanjut Usia di Indonesia*. Jakarta: Pusat Data & Informasi. Diunduh dari <http://www.depkes.go.id>.
- Departemen Pendidikan Nasional [DPN]. (2007). *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Dinas Kependudukan dan Pencatatan Sipil [Dikcapil]. (2015). *Jumlah Penduduk Kabupaten Sragen*. Diperoleh dari <http://www.sragenkab.go.id>.
- Dubey, A., Ehasin, S., Gupta, N., & Sharma, N. A Study of Elderly Living in Old Age Home and Within Family Set-up in Jammu. *Stud Home Com Sci*, 5(2): 93-98.
- Efiani, E. Skripsi, 2010. *Perawatan Keluarga Terhadap Lansia Di Desa Sukajadi Kecamatan Hinai Kabupaten Langkat*. F.Kep USU. <http://repository.usu.ac.id/handle/123456789/17136>
- Fiest, J., & Fiest, J. G. (2011). *Teori Kepribadian: Theories of Personality*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Fitri & Basri. (2012). *Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Lanjut Usia Bekerja Di Kelurahan Simpang Baru Kecamatan Tampan Kota Pekanbaru*. Diunduh dari <http://repository.unri.ac.id>.
- Graham, C. (2014). Late-Life Work And Well-Being: Flexible Retirement May Be One Solution To The Challenges Of Unemployment, Aging Populations, And Public Pension Burdens. *IZA World Of Labor*. 107: 1-10
- Greengross, S., Mizuta, K., Forette, F., & Brieu, M,A. (2012). Healthy and Productive Ageing: Barriers and Incentives in the United Kingdom, Japan and France. In I. F. Holmerova, *Productive Ageing Conditions and Opportunities* (pp. 17-38). Prague: Institutional Support for Longterm Development of Research Organization in Charles University.
- Hardianti, H. (2011). Pengaruh *Sense Of Humor* Terhadap Kualitas Hidup Pada Lansia Pensiunan Di Kota Malang. Diunduh dari psikologi.ub.ac.id

- Herusatoto, B. (2008). *Simbolism jawa*. Yogyakarta : Ombak Yogyakarta.
- Humas Kabupaten Sragen [HUMKABSRAGEN]. (2015). *Sekilas Kabupaten Sragen*. Diperoleh dari <http://humaskabsragen.com>.
- Huang, P. H. (2008). Authentic Happiness, Self Knowledge and Legal Policy. *MINN.J.L.SCI. & TECH*, 9(2): 755-784.
- Hurlock, E. B. (1980). *Psikologi Perkembangan : Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Islamiyah., Jafar., & Hadju. (2013). *Gaya Hidup, Status Gizi dan Kualitas Hidup Manusia Lanjut Usia Yang Masih Bekerja Di Rumah Sakit Stella Maris Makassar*. Diunduh dari <http://pasca.unhas.ac.id>.
- Ishak, F. F. J. S. (2013). Hubungan Antara Rasa Syukur Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Lanjut Usia. *Journal of Sosial and Clinical Psychology*, 26: 1-12. (diunduh dari psikologi.ub.ac.id)
- Kusumaningtyas, I. H. (2008). *Kebutuhan-Kebutuha (need) Psikologis dan Tekanan (press) Lansia Yang Tinggal DI Panti Wredha Pelkris Pengayoman Semarang*. Diunduh dari <http://eprints.unika.ac.id>
- Kuswardani. (2009). *Gambaran Peran Keluarga Terhadap Perilaku Hidup Sehat lanjut Usia di Wilayah Kerja Puskesmas Darussalam Kecamatan Medan Petisah*. Skripsi. Diunduh dari <http://repository.usu.ac.id>.
- Mardiah, I. (2011). *Pengaruh Religiusitas dan Family Support Terhadap Happiness Pada Lansia di Panti Werdha* diunduh dari repository.uinjkt.ac.id.
- Myers, D.G. (2012). *Psikologi Sosial edisi 10*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Minaswari, N. (2007). *Kepuasan Hidup Pada Orang Lanjut Usia Ditinjau Dari Kecerdasa Spiritual*. Diunduh dari <http://eprints.unika.ac.id>.
- Mustofa, B. (2008). *Quantum Kebahagiaan*. Surakarta: Indiva Pustaka.
- N. Faqih S. H. (2014). *The Secret Of Happiness: 9 Rahasia Hidup Mulia dan Berkah*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Napitupulu, Y. M. N. (2013). *Hubungan Aktivitas Sehari-Hari dan Successful Aging Pada Lansia*. Diunduh dari <http://psikologi.ub.ac.id>.

- Nawawi, H. H. (2012). *Metode Penelitian: Bidang Sosial*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Oerlemans., Bakker., & Veenhoven. (2011). Finding The Key To Happy Aging: A Day Reconstruction Study Of Happiness. *Journal of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*. Diunduh dari <http://www2.eur.nl>.
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2009). *Human Development: Perkembangan Manusia*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Population Reference Bureau [PRB]. (2015). *Data World Bank*. Diunduh dari <http://data.worldbank.org>,
- Triratnawati, A. P. (2005). Menopause pada Wanita Jawa. In A. T. Ratnawati, *Masalah Kesehatan dalam Kajian Ilmu Sosial-Budaya* (pp. 183-213). Yogyakarta: KEPEL Press.
- Ridgway, I. R. (2007). *2321 Theory & Practice 2: Lecture 5 Reality Therapy: William Glasser (Born 1925)*. Diunduh dari <http://myauz.com>.
- Santrock, J. W. (2002). *Life-Span Development: Perkembangan Masa Hidup*. Jakarta: Erlangga.
- Suardiman, S. P. (2011). *Psikologi Lanjut Usia*. Yogyakarta: Gadjah Mada University.
- Sulandari., Martyastanti., & Mutaqwarohmah. (2009). Bentuk-Bentuk Produktifitas Orang Lanjut Usia (LANSIA). *Indigenous: Jurnal Berkala Psikologi*, 11(1): 58-68.
- Sulandari, S. (2014). *Older Indonesians' Perspective of Facilitators of and Barriers to Optimising Their Psycho Activity and Social engagement*. Minor Thesis. Tidak diterbitkan.
- Tadic., Oerlemans., Bakker., & Veenhoven. (2012). Daily Activities And Happiness In Later Life: The Role of Work Status. *Journal of Happiness Studies*. Diunduh dari <http://www2.eur.nl>.
- Today's research on Aging [TRA]. (2009). Social Support, Networks, and Happiness. *Journal of Economic Psychology*, 27(3): 1-16.
- Winanda, C., Yusron, I. R., Kartika, R., Rachmani, R., Aziz, Y. A. (2010). *Permasalahan pada Masa Tua*. Diunduh dari <http://www.academia.edu>
- World Health Organization [WHO]. (2015). *Definition of an older or elderly person*. Diperoleh dari [http:// who.int](http://who.int).